

本日は3年生登校日！

始業式以来の登校日となりました。みなさん、元気に過ごしていましたか。3学年の先生方はとても元気にしています。学校が再開され、一緒に学校生活・授業ができることを楽しみに準備をしています。

世界が、日本が、一丸となって、新型コロナウイルス感染症と闘っている毎日。今、私たちにできることは外出を控え、自宅の中でも心身ともに健康に過ごす工夫を考え、小さなことから確実に取り組むことだと思います。一日も早い収束を願って、離れていても、お互いに一日一日を大切に過ごしていきましょう。

- 手洗い、うがいをする**・・・日本の著名人も「手洗い励行動画」をYou Tube 配信しています。
- 規則正しい生活をする**・・・朝起きて、太陽の光を浴びましょう！
- 食事をしっかりとる**・・・学校の給食にはかきませんが、一日3食、できるだけバランスよく栄養をとりましょう。中学3年生ですもの、家族のために食事を作ったり食器洗いなど率先してやってみてはどうでしょうか。
- 適度な運動をする**・・・3密を避けて、適度に外気にあたり散歩やジョギングなどをしてみましょう。ストレッチや腹筋背筋・筋トレなども、工夫したらできますよ。スポーツ選手の自宅スポーツチャレンジ動画もありますね。ぜひ視聴し、楽しんで活用してみるとよいです。
- 気持ちをポジティブに保つ**・・・自分の好きなことや得意なことを生かして、上手に気分転換しながらこの長期戦に対応していきましょう！ 読書、絵を描く、楽器を演奏する、ダンスをする、外国語を勉強する、世界地図を眺め研究する、料理や手芸にチャレンジする、プラモデルを作る、ジグソーパズルをする、ゲームを楽しむ、小さい頃やっていたブロックを出して何か作ってみる、部活の戦術を紙面上で考える・・・手と体を動かし始めたら、どんどん前向きな気持ちになれるものです。
- 勉強する**・・・1、2年生の復習をバッチリにして、今後の学校再開に臨みましょう。各教科からの学習課題も出ています。始業式に配布した課題に加え、本日も学習課題を配布しています。すぐに取り組み始めてください。
余裕がある人は3年生の教科書等を活用して、どんどん予習を進めてみよう。授業再開が楽しみでワクワクしてくることでしょ。

3学年の先生方です。よろしくお願ひします！（敬称略）

3-A	担任	副担任
3-B	担任	副担任
3-C	担任	副担任
3-D	担任	副担任

各教科でお世話になる先生方

国語		音楽	
数学		美術	
英語		保健体育	
理科		技術	
社会		家庭科	

春休み、どんな風にすごしていましたか？ ~みんなの「春休みのしおり」より~

- 3月26日 ・久しぶりに部活に行きました。・部活！**久しぶりで疲れた！楽しかった！！**・宿題が終わって、何もすることがない。・受験勉強に向けて部屋の片づけを始めた。ダイソーにいったけれど、欲しいものが売ってなかった。・ごろごろした。
- 3月27日 ・Rとゲームした。・学校の課題をやりました。・眼科に行った。・今日は母と映画を見ました。・今日は**あまりにも暇すぎてゲームをしていました**。中3なので勉強がとても心配です。・久しぶりに体を動かして気持ちよかった。ごろごろ。・お昼はAAAのライブのDVDを見た。幸せ。
- 3月28日 ・家で勉強。・とくにない。・新しいテレビは予想以上に画質が良かった。音も臨場感がある気がする。・理科「確かめと応用」「理科ノート」数学「平行線と面積、確率」。・家にいた。・兄とゲームをしました。ずっと家にいた。勉強した。・休みが続いているので最近では外に少し出て体を動かしている。・おばさんがお姉ちゃんにゲーム機器をあげたから**遊べるようになったイエーイ！**
- 3月29日 ・美術の絵・・・80%。・今日は雪が降った。**家の前で父と弟と雪合戦をした。寒い**。・ずっと本を読んでいた。・久々の練習。・家族で出かけた。・ゲームやった。1時間で終わらせろとか無理。雪降った。7cmくらいの雪だるま作った。
- 3月30日 ・英語頑張らないと、と思った。・今日はおばあちゃんの誕生日パーティのはずだった。**まあしょうがない**。・14:20~21:30まで塾があった。・ゲームをした。・お母さんが仕事で忙しいので、洗濯物を取り込んだりしておくで喜んでくれるのでうれしいです。・ママに買ってもらえそうだったのに、**ゲームソフトが売り切れだった**。最悪だった。
- 3月31日 ・勉強ちゃんとしてますよー。・何もなかった。・マスク作り。・美術を進めた。アイデアが思い浮かばな過ぎて大変だった。・マンガ。・ゴロゴロしたり美術のポスターを完成させた。
- 4月 1日 ・**少しだけ勉強楽しくなってきた**。少しだけ。・サッカー。・ママとおでかけ（薬局めぐり）・塾。・美術部の絵を描いていた。
- 4月 2日 ・弟の制服が届いた。もう中学生なのかと思った。なんか不思議な気分。・**学校が始まる**・・・マスク買いました（2万円）。・9:00~運動。・夜に残りの「ライオンのおやつ」を読んだ。そしたら止まらなくなって一気に100ページも読みいつのまにか12:00を回っていた。・コロナの感染者がとても多かったので気を付けようと改めて思った。
- 4月 3日 ・漢検英検の勉強 **あと少しだ・・・コロナ・・・**。・1日中ゲームしてました。・今日ニュースで休校が延びちゃったので、学校の授業がどれだけ進みが早くなるかわからないので予習をしておきたい。・塾（17:00~21:40）・家でママとハンガーゲーム2を見た。相変わらず怖すぎた。・ぐうたらしていた。・一日ひまでした。美術が結構すすんだ。
- 4月 4日 ・特になにもしていない。・漫画を7冊購入。・ピアノ大地讃頌もできてきた。・今日は塾のテストだった。国語がよくできた。美術もがんばった。・**がんばんなきゃ・・・コロナこわい**。・**パパがケーキを買ってきてくれてとってもおいしかった**。ショートケーキ。・のんびりしていた。・塾のテストがあった。
- 4月 5日 ・新しいクラスが気になります。・実にすばらしい1週間だった。・塾の宿題（英語）・美術を終わらせて、寝た。・がんばろう。コロナ心配。・雨だけど楽しかったです。・**明日久しぶりにみんなに会えるのが楽しみです**。どのクラスになって、どんな人と仲良くなれるのか楽しみです。・明日は始業式、クラス替え！めっちゃ緊張する！明日起きられるかわからないなー。